

**ENGARUH PEMBERIAN ASUPAN GIZI SEIMBANG TERHADAP  
TUMBUH DAN PERKEMBANGAN ANAK USIA 1-5 TAHUN DI POS  
PAUD PERMATA JAYENGAN SURAKARTA**

**TAHUN 2013/2014**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mencapai  
Derajat Sarjana S-1 Pendidikan Anak Usia Dini



Oleh :

**DINA PERTIWI AJIE  
NIM : A520100193**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA  
DINI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2014**

## Surat Persetujuan Artikel Publikasi Ilmiah

Yang bertanda tangan di bawah ini pembimbing skripsi/ tugas akhir:

Nama : Drs. Hasto Daryanto, M.Pd

Di setujui : 09 Februari 2014

Telah membaca dan mencermati naskah artikel publikasi ilmiah, yang merupakan ringkasan skripsi/tugas akhir dari mahasiswa:

Nama : Dina Pertiwi Ajie

NIM : A520100193

Jurusan : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Program studi : Pendidikan Anak Usia Dini

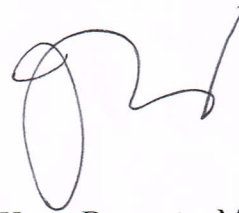
Judul Skripsi : **PENGARUH PEMBERIAN ASUPAN GIZI SEIMBANG  
TERHADAP TUMBUH DAN PERKEMBANGAN ANAK  
USIA 1-5 TAHUN DI POS PAUD PERMATA JAYENGAN  
SURAKARTA**

Naskah artikel tersebut, layak dan dapat disetujui untuk di publikasikan.

Demikian persetujuan dibuat, semoga dapat dipergunakan seperlunya.

Surakarta, 15 Febuari 2014

Pembimbing



Drs. Hasto Daryanto, M.Pd

**PENGARUH PEMBERIAN ASUPAN GIZI SEIMBANG TERHADAP  
TUMBUH DAN PERKEMBANGAN ANAK USIA 1-5 TAHUN  
DI POS PAUD PERMATA JAYENGAN SURAKARTA  
TAHUN 2013/2014**

**Oleh:**

**Dina Pertiwi Ajie, A520100193, Prodi Pendidikan Guru Pendidikan Anak  
Usia Dini, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas  
Muhammadiyah Surakarta, 2014, 65 Halaman**

**Abstrak**

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh pemberian asupan gizi seimbang terhadap tumbuh dan perkembangan anak di pos PAUD Permata Jayengan Surakarta. Dan juga untuk memberikan sumbangan pemikiran terhadap tumbuh kembangnya balita khususnya di PAUD.*

*Penelitian ini menggunakan metode ex post facto. Penelitian ex post facto merupakan penelitian yang bertujuan menemukan penyebab yang memungkinkan perubahan perilaku, gejala atau fenomena yang disebabkan oleh suatu peristiwa, perilaku atau hal-hal yang menyebabkan perubahan pada variable bebas yang secara keseluruhan sudah terjadi.*

*Adapun hasil dari penelitian ini adalah adanya pengaruh yang positif dan signifikan Asupan Gizi 45 responden, bahwa  $t_{hitung} (4,021) > t_{tabel} (1,688)$ , terhadap Tumbuh Kembang, adanya pengaruh signifikan tekanan kerja dan Asupan Gizi secara simultan terhadap Tumbuh Kembang dimana  $F_{hitung} (31,858) > F_{tabel} (2,87)$ , dan Faktor yang paling dominan mempengaruhi Tumbuh Kembang adalah Asupan Gizi yang dapat dilihat pada hasil uji  $t$  yang memberikan nilai lebih tinggi terhadap Asupan Gizi ( $X_2$ ) 4,021. Dari hasil uji determinasi ( $R^2$ ) diketahui bahwa variable-variabel bebas memberikan sumbangan positif yaitu sebesar 83,8% terhadap variable terikat. Dengan kata lain variable Asupan Gizi memberikan sumbangan positif terhadap Tumbuh Kembang sebesar 83,8% dan selebihnya sebesar 16,2% dipengaruhi oleh variable-variabel yang tidak diteliti yaitu lingkungan, komitmen, kompensasi dan dukungan sosial.*

**Kata Kunci : Asupan Gizi; Tumbuh Kembang, Balita**

## **A. PENDAHULUAN**

Usia dini merupakan masa emas perkembangan. Pada masa itu terjadi suatu lonjakan luar biasa pada perkembangan anak yang tidak terjadi pada periode berikutnya. Untuk melejitkan potensi perkembangan tersebut, setiap anak membutuhkan asupan gizi seimbang, perlindungan kesehatan, asuhan penuh kasih sayang, dan rangsangan pendidikan sesuai dengan tahap perkembangan dan kemampuan masing-masing anak.

Pendidikan anak sejak usia dini ini penting sebagai dasar pelatihan dan pengembangan anak alam memasuki lingkungan keluarga maupun masyarakat. Pendidikan bagi anak usia dini dapat dilakukan melalui pendidikan yang bersifat formal, yaitu lewat Taman kanak-kanak (TK) ataupun dapat dilakukan melalui pendidikan yang bersifat non formal, yaitu melalui kelompok bermain (play Group).

Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memerhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan (BB) ideal.

Karena itu, pedoman gizi seimbang disusun berdasarkan kebutuhan yang berbeda pada setiap golongan usia, status kesehatan dan aktivitas fisik. Untuk membantu setiap orang memilih makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat, kebutuhan asupan gizi divisualisasikan dalam bentuk Tumpeng Gizi Seimbang (TGS), yang terdiri atas potongan-potongan tumpeng. Luasnya potongan menunjukkan porsi yang harus dikonsumsi setiap hari. TGS dialasi air putih, artinya air putih merupakan bagian terbesar dari zat gizi esensial bagi kehidupan untuk hidup sehat dan aktif. Pentingnya gizi seimbang tidak saja memberikan pengaruh terhadap manusia dewasa, namun pemberian gizi seimbang lebih diutamakan terhadap anak usia 1-5 tahun karena pada masa itu merupakan masa yang sangat penting dan rawan dalam pertumbuhan anak yang tidak saja memberikan pengaruh terhadap pertumbuhan anak pada masa kini namun juga pada usia dewasa dan usia lanjut mereka .

Pentingnya tumbuh dan kembang anak menjadikan pendidikan yang diberikan kepada anak merupakan kebutuhan pokok yang harus diberikan sejak dini. Semakin baik pendidikan yang diberikan kepada anak maka akan semakin baik tumbuh dan kembang anak tersebut. Pendidikan Anak Usia Dini atau lebih dikenal sebagai PAUD (BKKBN, 2010) merupakan suatu lembaga pendidikandan bermain yang pada awal meurpakan lembaga pendidikan tingkat dini yang bertugas memberikan pengetahuan kepada anak berkaitan dengan keterampilan dasar yang harus dimiliki anak saat akan menghadapi masa sekolah. Pada saat ini perkembangan pendidikan anak di PAUD tidak saja terhadap keterampilan dasar namun sudah merupakan suatu sistem pendidikan yang terintegrasi dengan fungsi-fungsi lainnya seperti kesehatan, peningkatan gizi atau juga memberikan pengetahuan kepada ibu mengenai pentingnya pendidikan anak diberikan sejak usia dini.

Berdasarkan data yang ada terlihat bahwa perkembangan anak yang berada di Pos Paud Permata Jayengan mengalami peningkatan baik secara kepandaian maupun derajat kesehatan. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukansuatu penelitian dengan judul **“Pengaruh Pemberian Asupan Gizi Seimbang Terhadap Tumbuh dan Perkembangan Anak Usia 1-5 Tahun di Pos PAUD “Permata Jayengan” Surakarta”**

## **B. PERUMUSAN MASALAH**

Dari uraian dan latar belakang masalah tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh pemberian asupan gizi seimbang terhadap terhadap tumbuh dan perkembangan anak di pos PAUD Permata Jayengan Surakarta.

## **C. Landasan Teori**

### **1. Asupan Gizi Seimbang**

#### **a. Pengertian Asupan Gizi Seimbang**

Gizi berasal dari bahasa arab *“Al Gizzai”* yang artinya makanan dan manfaat untuk kesehatan. Ilmu gizi adalah ilmu

yang mempelajari cara memberikan makanan yang sebaik-baiknya agar tubuh selalu dalam kesehatan yang optimal (Azwar, 2004).

Berbagai masalah gizi dan masalah psikososial, dapat dicegah melalui perilaku penunjang dari para orang tua, ibu atau pengasuh dalam keluarga untuk selalu menyediakan makanan dengan gizi seimbang bagi anggota keluarganya.

Gizi seimbang adalah makanan yang dikonsumsi individu dalam satu hari yang beraneka ragam dan mengandung zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur sesuai dengan kebutuhan tubuhnya (Paath dkk, 2005). Kebutuhan gizi merupakan kebutuhan yang sangat penting dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Pemenuhan kebutuhan gizi pada anak haruslah seimbang di antara zat gizi lain, mengingat adanya berbagai masalah dalam pemenuhan kebutuhan gizi yang tidak seimbang seperti tidak suka makan, tidak mau atau tidak mampu untuk makan padahal yang tidak disukai makanan tersebut mengandung zat gizi yang seimbang (Hidayat, 2004).

**b. Status Gizi Anak Usia 1- 5 Tahun**

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Keadaan tersebut dapat dibedakan dengan status gizi kurang, baik, dan lebih (Almatsier, 2001).

**c. Klasifikasi Status Gizi**

**a. Pengertian status gizi**

Status gizi merupakan ekspresi dari keadaan keseimbangan atau perwujudan dari *nutriture* dalam bentuk variabel tertentu (Supriasa dkk, 2002). Sebagai contoh, gondok endemik merupakan keadaan ketidakseimbangan pemasukan dan pengeluaran iodine dalam tubuh (Paath dkk, 2005). Pada anak-

anak usia sekolah (6-12 tahun), meskipun laju pertumbuhan anak-anak selama sebagian besar waktu sekolah mereka lebih kecil daripada masa sebelumnya, namun per satuan berat badan, anak sekolah membutuhkan makanan yang lebih banyak daripada orang dewasa.

**a. Penilaian Status Gizi**

Menurut Supariyasa dkk (2002), metode penilaian status gizi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu :

- 1) Penilaian status gizi secara langsung, meliputi : antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik.
- 2) Penilaian status gizi secara tidak langsung, meliputi : survei konsumsi makanan, statistik vital, dan faktor ekologi.

**b. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi**

Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi menurut Gumala (2002) dibagi menjadi dua, yaitu :

- 1) Faktor internal, yaitu faktor dalam tubuh manusia sendiri yang berpengaruh terhadap status gizi, seperti kemampuan tubuh untuk menyerap makanan yang masuk, keturunan atau kelainan-kelainan tubuh.
- 2) Faktor eksternal, meliputi :
  - a) Tingkat pendidikan dan pengetahuan tentang gizi, yaitu pengetahuan gizi orang tuanya terutama ibunya.
  - b) Latar belakang sosial budaya, antara lain kebiasaan masyarakat dalam mengkonsumsi makanan. Perbedaan sosial budaya dalam perilaku hidup sehat dihubungkan dengan perbedaan setiap individu dalam menghadapi setiap permasalahan kesehatan mereka, akan tetapi saat ini masih banyak

masyarakat yang lebih memikirkan materi daripada kesehatan mereka (Wardle dan Steptoe, 2002).

- c) Daya beli keluarga, dimana upaya pemenuhan konsumsi makanan berkaitan erat dengan daya beli suatu bahan makanan. Keluarga dengan pendapatan terbatas tentunya keanekaragaman makanan yang diperlukan tubuh kurang terjamin.
- d) Jumlah anggota keluarga, dimana semakin banyak jumlah anggota keluarga makin banyak pula jumlah makanan yang harus disediakan. Bila daya beli rendah maka konsumsi pangan yang sesuai dengan kecukupan gizi juga tertekan.

## **2. Pertumbuhan dan perkembangan Anak Usia 1-5 Tahun**

### **a. Pengertian**

Anak balita adalah anak yang telah menginjak usia di atas satu tahun atau lebih populer dengan pengertian usia anak di bawah lima tahun (Muaris.H, 2006). Menurut Sutomo. B. dan Anggraeni. DY, (2010), Balita adalah istilah umum bagi anak usia 1-3 tahun (batita) dan anak prasekolah (3-5 tahun). Saat usia batita, anak masih tergantung penuh kepada orang tua untuk melakukan kegiatan penting, seperti mandi, buang air dan makan. Perkembangan berbicara dan berjalan sudah bertambah baik. Namun kemampuan lain masih terbatas.

Masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Perkembangan dan pertumbuhan di masa itu menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode selanjutnya. Masa tumbuh kembang di usia ini merupakan masa yang berlangsung cepat dan tidak akan pernah terulang, karena itu sering disebut *golden age* atau masa keemasan.



### **3. Pengaruh Pemberian Gizi Seimbang Terhadap Tumbuh Kembang Anak BALITA**

Menurut Marzuki Iskandar, STP. MTP seorang ahli gizi balita mengungkapkan: “kunci asupan zat gizi balita yang baik adalah makanan yang sehat dan bervariasi.

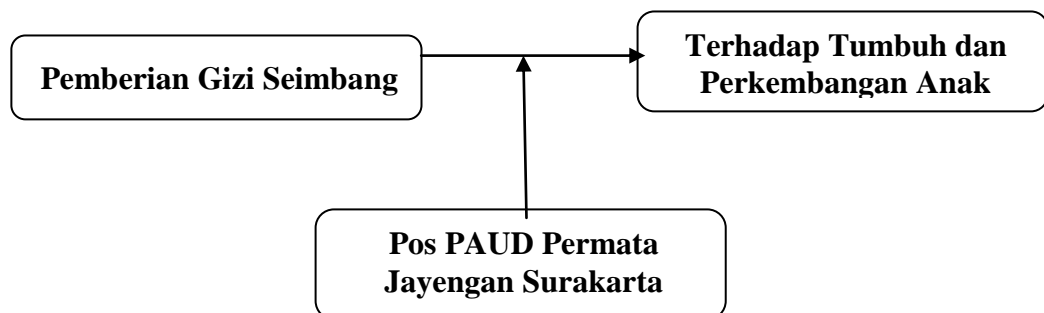
Agar gizi balita melalui makanan anak setiap harinya dapat memenuhi kebutuhan perkembangan kecerdasan dan pertumbuhan fisik yang optimal, maka komposisi makanan haruslah terdiri atas 55-67% karbohidrat, 20-30% lemak, dan 13-15% protein agar gizi balita terpenuhi. “Konkretnya gizi balita berupa 3-4 porsi nasi atau penggantinya seperti bihun, mi atau roti yang merupakan sumber zat tenaga.

Sumber zat pembangun diperoleh dari 4-5 porsi lauk-pauk ditambah sumber zat pengatur berupa vitamin dan mineral yang terdiri dari 2-3 porsi sayur dan buah,” jelas Marzuki.

Komposisi gizi balita melalui makanan tersebut akan disempurnakan dengan kehadiran susu sebagai sumber zat tenaga yang juga mengandung berbagai komponen gizi balita yang penting, seperti DHA, AA, Sialic Acid, Sphingomyelin, protein, vitamin, dan mineral.

#### **D. KERANGKA PEMIKIRAN**

Kerangka pemikiran digunakan untuk memudahkan pembaca mengerti dan memahami alur atau pola pikir yang akan dikemukakan oleh peneliti dalam penelitiannya (Sugiyono, 2010, 45). Adapun kerangka pikir dalam penelitian ini adalah sebagai berikut



## **E. HIPOTESIS**

Hipotesis adalah dugaan sementara yang peneliti ajukan sebagai landasan untuk melakukan penelitian. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat terdapat pengaruh pemberian asupan gizi seimbang terhadap terhadap tumbuh dan perkembangan anak di pos PAUD Permata Jayengan Surakarta.

## **F. Jenis Dan Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode *ex post facto*. Penelitian *ex post facto* merupakan penelitian yang bertujuan menemukan penyebab yang memungkinkan perubahan perilaku, gejala atau fenomena yang disebabkan oleh suatu peristiwa, perilaku atau hal-hal yang menyebabkan perubahan pada variable bebas yang secara keseluruhan sudah terjadi.

Penelitian *ex post facto* secara metodis merupakan penelitian eksperimen yang juga menguji hipotesis tetapi tidak memberikan perlakuan-perlakuan tertentu karena sesuatu sebab kurang etis untuk memberikan perlakuan atau memberikan manipulasi. Biasanya karena alasan etika manusiawi, atau gejala/peristiwa tersebut sudah terjadi dan ingin menelusuri faktor-faktor penyebabnya atau hal-hal yang mempengaruhinya.

## **G. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di PAUD Jayengan Surakarta. Adapun pemilihan lokasi penelitian berdasarkan pada alasan bahwa penelitian serupa belum pernah dilaksanakan di perusahaan tersebut.

## **H. Sumber Data**

Sumber data dalam penelitian ini berupa data primer dan data sekunder:

### **1. Data Primer**

Merupakan data yang diperoleh atau dikumpulkan langsung dari sumbernya, baik melalui wawancara ataupun kuesioner. Disebut juga sebagai data primer karena data yang diperoleh dikumpulkan pada saat penelitian berlangsung.

## **2. Data Sekunder**

Merupakan data yang diperoleh dari studi pustaka dan sumber-sumber lain yang relevan dengan penelitian ini, baik berupa jurnal ataupun catatan-catatan yang ada.

### **I. Metode Pengumpulan Data**

Metode dalam mendapatkan dan mengumpulkan data yang peneliti lakukan adalah sebagai berikut:

1. Observasi : Metode pengumpulan data dengan mengamati secara langsung terhadap obyek yang diteliti supaya data yang dimiliki lebih lengkap
2. Kuesioner : Metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara membagikan daftar pertanyaan yang sifatnya tertutup kepada para responden sehingga responden tinggal memilih jawaban yang disediakan.
3. Dokumentasi : Metode pengumpulan data dengan mencatat, mengambil gambar dan menyimpannya dalam suatu bagian tertentu sebagai catatan atau gambar yang akan menunjang hasil penelitian.

### **J. Pembahasan Hasil Penelitian.**

Sebagaimana telah diuraikan dalam Bab II, bahwa dalam penelitian ini diajukan 3 hipotesis yang untuk selanjutnya akan dibuktikan kebenarannya atas dasar hasil pengujian.

- a. Berdasarkan hasil pengujian, hipotesis pertama dapat dijelaskan melalui tanda parameter  $b_1$  dalam persamaan regresi, yang pada penelitian ini adalah positif, yaitu (+ 0,308) dan uji t bahwa  $t_{hitung} (2,571) > t_{tabel} (1,688)$ .

Hal ini berarti bahwa terbukti terdapat pengaruh yang positif dan signifikan Asupan Gizi terhadap Tumbuh Kembang Balita Paud Permata Jayengan.

- b. Berdasarkan hasil pengujian, hipotesis ke tiga dapat dijelaskan melalui uji ketepatan parameter (uji *F/overall test*), bahwa  $F_{hitung} (31,858) > F_{tabel} (2,87)$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_A$  diterima.

Hal ini berarti bahwa terbukti terdapat pengaruh yang positif dan signifikan Asupan Gizi secara bersama-sama atau simultan terhadap Tumbuh Kembang Balita Paud Permata Jayengan.

Dari hasil uji Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) menunjukkan bahwa nilai *R Square* ( $R^2$ ) 0,759 dan nilai *Adjusted R Square* (*Adjusted R<sup>2</sup>*) 0,838. Hal ini berarti bahwa determinasi variabel Asupan Gizi, dalam mempengaruhi Tumbuh Kembang adalah sebesar 83,8%

Berdasarkan hasil pengujian melalui hasil analisis regresi linier berganda diperoleh persamaan sebagai berikut :

$$Y = 6,144 + 0,435X_1$$

Dengan uji t menghasilkan  $t_{hitung}$  untuk variabel Asupan Gizi sebesar 4,021. Dengan demikian tampak bahwa nilai koefisien regresi variabel Asupan Gizi merupakan nilai koefisien variabel lebih tinggi (4,021) dibandingkan dengan variabel lainnya (2,571).

Hal ini berarti bahwa variabel Asupan Gizi ternyata merupakan variabel yang lebih signifikan berpengaruh terhadap Tumbuh Kembang balita Pos PAUD permata jayengan

## J. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan yang telah dilakukan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Adanya pengaruh yang positif dan signifikan Asupan Gizi bahwa  $t_{hitung}$  (4,021) >  $t_{tabel}$  (1,688), terhadap Tumbuh Kembang hal ini dapat memberikan gambaran bahwa dengan semakin harmonis dan nyaman dalam berAsupan Gizi saat bekerja, maka dapat meningkatkan Tumbuh Kembang .
2. Adanya pengaruh signifikan Asupan Gizi secara simultan terhadap Tumbuh Kembang dimana  $F_{hitung}$  (31,858) >  $F_{tabel}$  (2,87) , dapat memberikan gambaran dengan semakin meningkatnya kedua variabel tersebut secara bersaa-sama maka dapat meningkatkan Tumbuh Kembang balita di Pos PAUD permata jayengan.
3. Faktor yang paling dominan mempengaruhi Tumbuh Kembang adalah Asupan Gizi yang dapat dilihat pada hasil hasil uji t yang memberikan nilai lebih tinggi terhadap Asupan Gizi ( $X_2$ ) 4,021.

4. Dari hasil uji determinasi ( $R^2$ ) diketahui bahwa variable-variabel bebas memberikan sumbangan positif yaitu sebesar 83,8% terhadap variable terikat. Dengan kata lain variable Asupan Gizi memberikan sumbangan positif terhadap Tumbuh Kembang sebesar 83,8% dan selebihnya sebesar 16,2% dipengaruhi oleh variable-variabel yang tidak diteliti yaitu lingkungan, kerja sama dan dukungan sosial.

#### **J. Saran**

Dari hasil analisis yang telah dilakukan, maka saran-saran yang dapat dikemukakan adalah :

1. Sebaiknya dalam pemberian asupan gizi, kader PAUD khususnya, dan orang tua balita pada umumnya juga memperhatikan kondisi anak, karena asupan gizi yang dibutuhkan oleh anak yang sehat berbeda dengan anak yang sedang sakit.
2. Sebaiknya dalam penatalaksanaan tumbuh kembang juga memperhatikan riwayat kesehatan anak dan juga memahami kebutuhan gizi yang paling diperlukan berdasarkan status sosial dari orangtua balita, perbedaan status sosial juga mempengaruhi jumlah asupan gizi yang diperlukan oleh anak.
3. Penyusunan makanan sehat untuk anak usia balita yaitu susunan hidangan sehari-hari terdiri atas empat jenis atau golongan makanan yang ternyata mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal bila dimakan dalam jumlah yang sesuai dengan anjuran makanan sehat seimbang (empat sehat lima sempurna).

## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, A. *13 Pesan Dasar Gizi Seimbang dan Panduan 13 Pesan Dasar Gizi Seimbang*. [http://bebas.vlsm.org/v12/artikel/pangan/DEPKES/pedum\\_gizi-seimbang.pdf](http://bebas.vlsm.org/v12/artikel/pangan/DEPKES/pedum_gizi-seimbang.pdf). Last update : 2004 (01 November 2013).
- Gumala, N. 2002. *Perbedaan Tingkat Konsumsi Energi, Protein, dan Status Gizi Balita Menurut Peran Ibu di Kabupaten Gianyar*. Yogyakarta : Universitas Gajah Mada. Thesis.
- Handari, R. T. Siti dan Siti Humaeroh. 2005. *Perbedaan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Sekolah Berdasarkan Status Sosial Ekonomi di Jakarta Selatan Tahun 2004*. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* : Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Ijarotimi Q. S., Ijadunola K. T. 2007. Nutritional Status and Intelligence Quotient of Primary Schoolchildren in Akure Community of Ondo State, Nigeria. *Tanzania Health Research Bulletin*.
- Kepmenkes RI. 2005. Keputusan Menteri Kesehatan Tentang Angka Kecukupan Gizi yang di Anjurkan bagi Bangsa Indonesia. <http://www.gizi.net/kebijakan-gizi/download/sk%20akg2004.pdf>. Diakses pada tanggal 01 November 2013.
- Khomsan. A. 2004. *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada..
- Khomsan. A. 2004. *Peranan Pangan dan Gizi Untuk Kualitas Hidup*. Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Notoatmodjo, S. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat (prinsip-prinsip dasar)*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Paath, Erna. F, Yuyum Rumdasih, Heryati. 2005. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Pollitt, E., Gorman K.S., Engle P., Martorell R., Rivera J. A. 1993. Early Supplementary Feeding and Cognition: Effect Over Two Decades Monographs of the Society for Research in Child Development. *British Journal of Nutrition*.
- Roedjito D, D. 1989. *Kajian Penelitian Gizi*. Cetakan pertama. Jakarta : Mediatama Sarana Perkasa.
- Salan, R. 2008. *Perilaku Kesehatan, Perilaku Kesakitan dan Peranan Sakit (Suatu Introduksi)*. <http://www.gizi.net/makalah/index.shtml>. Last Update 2008 (01 November 2013)

- Scaglioni, S., M, Salviani., C, Galimberti. 2008. " Influence of Parental Attitudes in the Development of Children Eating Behaviour". *British Journal of Nutrition*.
- Supariasa, I Dewa Nyoman., Bachyar Bakry., Ibnu Fajar. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Toriola A. L. 2000. Anthropometric Assesment of Nutritional Status of Nigerian Children. *Tropical and Geographical Medicine*.
- Wardle, J., A. Steptoe. 2003. "Socioeconomic Differences in Attitudes and Beliefs About Healthy Lifestyles". *J Epidemiol Community Health*.